ROK IX
1 Października 1935 r.
Opłata uiszczona ryczałtem
Nr. 19.
Cena 60 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

O dziecku otyłem.

„Niech pani spojrzy, jakie zdrowe dziecko" — rzekła p. Zofja do swej przyjaciółki, ujrzawszy na spacerze w Łazienkach rumianego grubasa, który wolnym krokiem, ospale szedł za swoją opiekunką.

Okrągła, pełna, bez wyrazu twarz, nalane policzki, niesymetryczna budowa, pofałdowanie skóry, zatarcie kształtów ciała, spocona i nadmiernie czerwona skóra, sapanie przy najmniejszym wysiłku fizycznym — to najjaskrawsze cechy dziecka otyłego.

Otyłość ta powstaje wskutek nadmiernego rozwoju twanki tłuszczowej pod skórą, w mięśniach oraz innych narządach wewnętrznych ciała ludzkiego. Objektywnym jej sprawdzianem jest poza wyglądem zewnętrznym waga dziecka.

Zastanawiając się nad przyczynami, które powodują otyłość, na pierwszy plan należy wysunąć nadmierne i stałe przekarmianie, a drugą przyczyną niemniej ważną będzie zbyt mała ruchliwość dziecka. Poza temi jest jeszcze szereg innych czynników wywołujących otyłość, które wypływają z wad samego organizmu, lecz pominę je milczeniem ze względu na wielką ich rzadkość.

Przekarmiać dzieci można w najrozmaitszy sposób. Dzieci mogą dostawać za dużo pożywienia czy to dlatego, że poszczególne posiłki są zbyt obfite, czy też dlatego, że są one zbyt częste. Wiele matek nie zna przytem miary dla stosowanych tłuszczów. Przygotowane potrawy są często zbyt tłuste, zbyt ciężkie, a ilości zużytego do ich przygotowania masła przekraczają częstokroć normy dorosłego. Najgorszą jednak rzeczą będzie opasanie dzieci słodyczami. Czekoladki, ciastka, cukierki nie schodzą ze stołu, daje się je dzieciom z najbłahszego powodu. A rezultat tego jeden — w krótkim czasie z wysmukłych, zgrabnych sylwetek dziecięcych wytworzą się ospałe, niemrawe grubasy.

Jednem słowem stałe przekarmianie i niewłaściwe karmienie nadmierną ilością słodyczy, cukrów, a także tłuszczów i białka będzie wpływało na dzieci tucząco.

Drugą przyczyną jest brak ruchu. Np. Piotruś chętnie pobiegałby z kolegami w parku za kółkiem lub pogonił swych rówieśników, lecz spotyka się z nieprzezwyciężonym oporem swych opiekunów, którzy nie pozwalają mu się męczyć i każą spokojnie siedzieć na ławce.

O ile Piotruś jest do tego dzieckiem zamożnych rodziców, dobrze odżywianem i przekarmianem, to stan bezruchu łatwo wywoła powstanie otyłości.

Należałoby się teraz zastanowić,

czy otyłość jest dla dzieci szkodliwą? Bezwzględnie tak, gdyż wielkie pokłady tłuszczu noszone pod skórą, są jakby futrem, które się stale nosi bez względu na porę roku. Łatwo stąd można sobie uzmysłowić, ileż przykrości i szkody dla organizmu przynosi noszenie takiego futra w dni słoneczne - upalne.

Pozatem tłuszcz odkłada się między mięśniami, osłabia wartościowe włókna mięsne, zmniejsza ich siłę i kurczliwość. Szczególniej niebezpieczne jest to dla mięśnia sercowego, który łatwo się męczy i i wyczerpuje.

Gruba powłoka tłuszczu utrudnia również regulację ciepła, oziębianie organizmu drogą parowania i promieniowania. Dzieci otyłe po najmniejszych wysiłkach fizycznych obficie się pocą. W ten sposób ustrój stara się obniżyć zbyt wysoką ciepłotę wnętrza organizmu.

Grubas Józio niechętnie schyla się po upuszczone zabawki i nie biegnie na widok ukazujących się zdala kolegów, gdyż stosunkowo zbyt wielka waga jego ciała, zmęczenie występujące po grach ruchowych i ociężałość czyni go zawsze upośledzonym w stosunku do żywych i ruchliwych współtowarzyszy.

A więc myliła się p. Zofja, nazywając otyłego Piotrusia „zdrowem dzieckiem“, gdyż wymaga on leczenia i specjalnej pielęgnacji.

Trzeba odżywiać go umiejętnie, podając w pokarmach umiarkowaną ilość cukrów (czekoladę, ciastka i t. p. pokarmy), i tłuszczów — zwiększając natomiast ilość jarzyn i owoców. Ograniczyć zbyt wielką ilość płynów (mleko, kawa, kakao).

Zachęcać dzieci skłonne do otyłości do gier i zabaw ruchowych. Nie pozwalać im wylegiwać się na wygodnych kanapach i leżakach, lecz zmuszać do brania udziału w zabawach ruchowych na otwartem powietrzu.

Pozatem można jeszcze wpłynąć na przyśpieszenie przemiany materji (spalanie wewnątrz organizmu nagromadzonego tłuszczu) przez stosowanie obok pracy mięśni w postaci gier ruchowych, gimnastyki, letnich kąpieli poniżej 35 st. C., nacieranie letnią wodą skóry całego ciała i t. p. zabiegach leczniczych.

W razie zbyt wielkich skłonności do tycia, o ile jest to przytem cechą dziedziczną, należy zasięgnąć porady lekarza.

Dr. K. Ereciński.

PEŁNOWARTOŚCIOWE MLEKO Z MAJĄTKU JASTRZĘBIEC POW. BŁOŃSKI

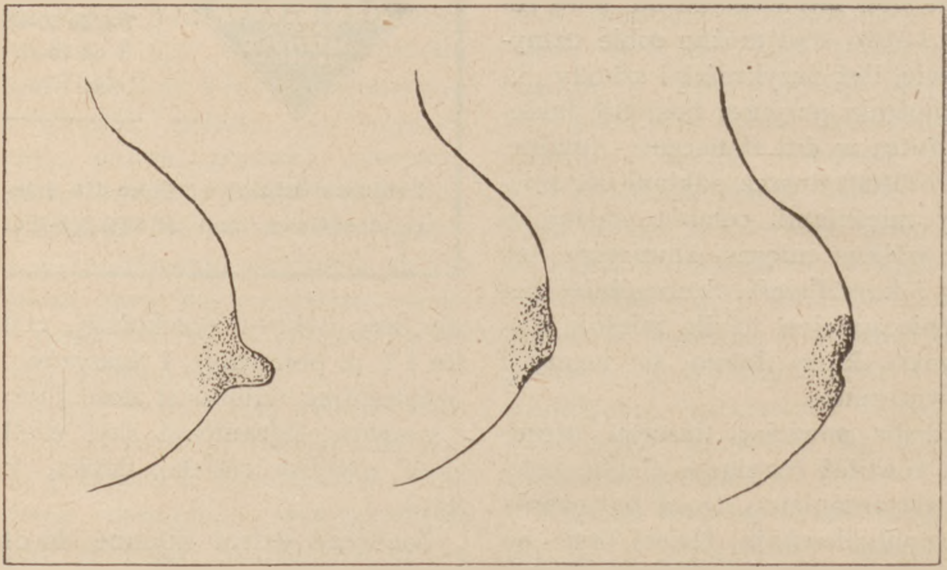
INFORMACJE:
tel. 9-65-17
w godz. od 7-ej do 10-ej i od 15-ej do 17-ej.

Pełnowartościowe mleko dla dzieci dostarcza maj. JASTRZĘBIEC.

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Przeszkody w karmieniu piersią.

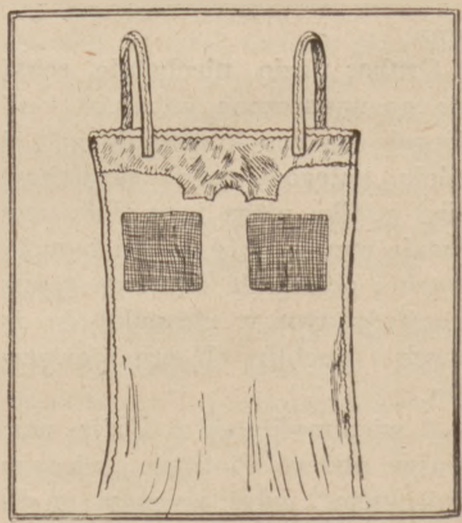
Matko! Karm dziecko własną piersią!



Brodawka piersiowa prawidłowa. płaska i wklęsła. Dwie ostatnie utrudniają karmienie.

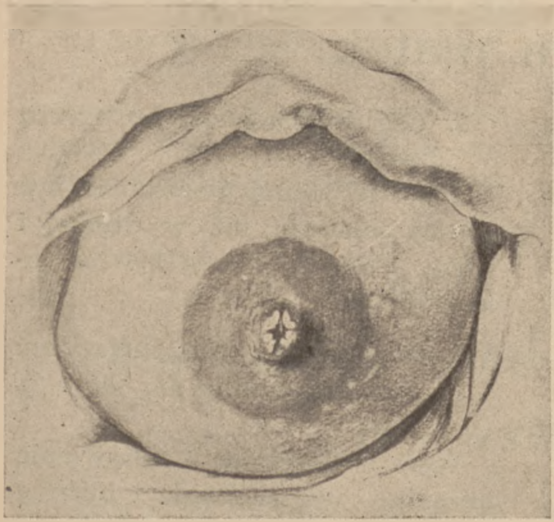


W ostatni.h 3-ch miesiącach ciąży należy codziennie odciągać płaską brodawkę palcami lub za pomocą zwykłej odciągaczki



Do koszuli można przyszyć kawałki grubego płótna, by drażniły brodawki. Codzienne nacieranie brodawek wódką również hartuje je.

Pęknięcia brodawek.

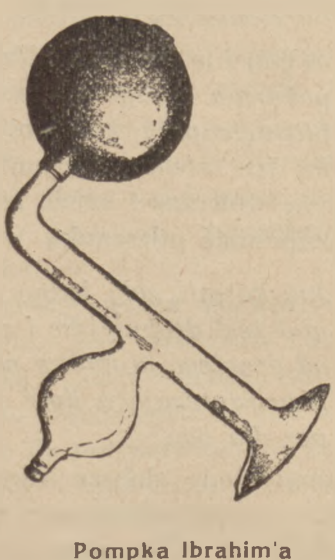


W razie drobnych pęknięć brodawek nie należy zaprzestać przystawiania dziecka do piersi.

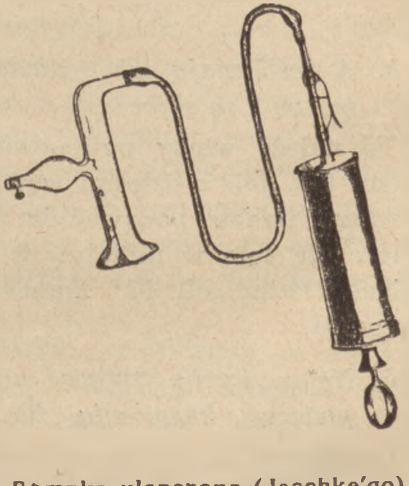


Jeśli to sprawia silniejszy ból, należy spróbować karmić przez kapturek.

W ostateczności można odciągać pokarm za pomocą pompki i podawać go dziecku.



Pompka Ibrahim'a



Pompka ulepszona (Jaschke'go).

Dr. M. Zaks.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Kilka słów o odżywianiu bliźniąt.

1. *O czem trzeba pamiętać przy odżywianiu bliźniąt?*

Że należą one do tych dzieci, które specjalnie potrzebują karmienia piersią.

2. *Dlaczego bliźnięta więcej potrzebują karmienia piersią niż dzieci normalne?*

Bo bliźnięta są zazwyczaj drobne, o małej wadze i należą najczęściej do kategorji dzieci wątłych.

3. *Jak często należy karmić bliźnięta?*

Jeśli bliźnięta są rozwinięte prawidłowo, to mogą być one odżywiane normalnie — 6—7 razy na dobę.

4. *A jeśli mają wagę niedostateczną i są słabe?*

To należy wtedy postępować z niemi tak, jak z dziećmi wątłemi; pokarm trzeba podawać im częściej, ale zato w mniejszych ilościach (Patrz „Mł. M." numer poprzedni).

5. *Na co trzeba zwracać uwagę podczas karmienia bliźniąt piersią?*

Na to, by każde z bliźniąt nie ssało stale z jednej i tej samej piersi.

6. *Czy zmiana piersi jest rzeczą ważną?*

Tak. W jednej piersi może być więcej pokarmu niż w drugiej i wtedy jedno z bliźniąt byłoby pokrzywdzone.

7. *A co robić, jeśli matka ma zamało pokarmu dla obu bliźniąt?*

Wówczas stosujemy odżywianie mieszane, tak że każde z bliźniąt dostaje na zmianę raz pierś raz mieszankę. Przy tym sposobie odżywiania matka karmi tylko 6—7 razy — gdy jedno dostaje piers, drugie w tym samym czasie dostaje mieszankę. O rodzaju i ilości tej mieszanki decyduje lekarz.

8. *A gdy i w tym wypadku ilość pokarmu spożywanego przez bliźnięta przy każdym posiłku jest niedostateczna?*

Należy wówczas i każde karmienie uzupełniać mieszanką.

9. *Jak karmić, gdy jedno z bliźniąt jest drobniejsze i słabsze od drugiego, a matka posiada niewystarczającą ilość pokarmu dla obu?*

Można wtedy słabsze niemowlę karmić piersią częściej niż niemowlę silniejsze. Np. przy 7 jedzeniach dać pierś pierwszemu 4 ra-

zy, a drugiemu tylko 3 razy. Pozostałe jedzenia bliźnięta dostaną w postaci mieszanki.

10. O czem trzeba jeszcze pamiętać poza odżywianiem bliźniąt?

O tem, że — podobnie jak i niemowlęta wątłe — potrzebują one bardzo troskliwej i starannej pielęgnacji.

11. Czy bliźnięta pozostają stale drobniejsze i wątlejsze od innych dzieci?

Nie. Jeśli bliźnięta są prawidłowo odżywiane to różnice wagi i wzrostu w porównaniu z niemowlętami normalnemi bardzo wcześnie się zacierają.

Dr. P. Wójciak.

Co matka wiedzieć powinna o owsikach?

Każda niemal matka wie o istnieniu dolegliwości, spowodowanych obecnością robaków w przewodzie pokarmowym dziecka. Toteż bardzo często matka wyprzedza lekarza z podejrzeniem, czy zły wygląd dziecka, niespokojny sen, brak łaknienia nie zależą od pasorzytów kiszkowych. Czasami już podczas pierwszej wizyty przedstawia lekarzowi próbkę kału z prośbą o zbadanie w kierunku robaków, choć dotąd sama nie zauważyła ich w wypróżnieniach dziecka.

Niepokój matki wzrasta niepomiernie, gdy stwierdzi w kale dziecka człony tasiemca lub glistę. Bardzo często trudniej jest skłonić matkę do pozostawienia w szpitalu dziecka z zapaleniem płuc, aniżeli celem przeprowadzenia kuracji przeciwtasiemcowej. Chcę przez to powiedzieć, że tasiemiec-glista zdobyły sobie całkowite uznanie matek dla swych zdolności chorobotwórczych.

Inaczej ma się sprawa z owsikami. Te białe nitkowate robaczki są widać zbyt małe, aby wzbudzić niepokój matki. Ciągłe drapanie się dziecka w okolicy odbytnicy matka przypisuje z początku złemu przyzwyczajeniu; poskarży się na to ciotce, siostrze, sąsiadce w ogrodzie. A gdy wreszcie trafi do przychodni lekarskiej, musimy ją niejednokrotnie przekonywać, że właśnie tym małym niepozornym nitkowatym stworzeniom należy wypowiedzieć wojnę dla przywrócenia zdrowia.

Owsiki pasorzytują w cienkich jelitach dziecka. Długość samca wynosi 3—4 mm., samiczki 8—12 mm. Zapłodnione samiczki wędrują do dolnych odcinków kiszki grubej i tu składają jajeczka.

Zasadniczym objawem zakażenia owsikami jest swędzenie w okolicy odbytu. Często występują objawy natury ogólnej: uczucie znużenia, zły wygląd, stany nerwowe, przerywany sen, zależny od nieustającego swędzenia. Od ciągłego drapania powstają w okolicy odbytnicy nawet owrzodzenia. Owsiki mogą również być przyczyną nocnego mroczenia się. Zdaniem wielu lekarzy mogą nawet spowodować zapalenie wyrostka robaczkowego.

Zwalczanie owsików jest bardzo utrudnione przez uporczywość zakażenia, a zwłaszcza przez częstotliwość samozakażenia się jajami: przy niedostatecznie przestrzeganych warunkach higjenicznych jajeczka dostają się z odbytnicy na palec, a stąd znów do ust (za paznokciami dzieci zakażonych stwierdza się jaja owsików w 70% przypadków).

Przeto koniecznym warunkiem zwalczania owsików jest bodajże przesadne przestrzeganie czystości rąk i całego ciała. Paznokcie należy krótko obcinać i często szczotkować. Na noc należy nakładać ściśle przylegające majteczki, które rano trzeba wyprać i wygotować. Codzienna całkowita kąpiel. Miskę toaletową oraz nocniczek należy dokładnie odkażać. Obecność owsików u jednego dziecka wymaga jednoczesnego zbadania i ewentualnego leczenia pozostałych dzieci, a nawet dorosłych. Niejednokrotnie bowiem leczenie dziecka zostaje bezskuteczne z powodu zakażającego stale nosiciela owsików wśród dorosłych.

Stosowanie środków leczniczych, przepisanych przez lekarza, przeciwko owsikom dopiero wówczas odniesie skutek, gdy wymienione powyżej warunki ostrożności będą skrupulatnie przestrzegane.

Dr. Lewenfiszowa.

WYPOŻYCZAMY
WAGI NIEMOWLĘCE
NA DOGODNYCH WARUNKACH
WIADOMOŚĆ W ADMINISTRACJI PISMA
ul. Litewska Nr. 16. Telefon 9-41-00.

Ze skrzynki do listów.

Gruźlica jest uleczalna, trzeba z nią umieć walczyć.

Pani Wacławie S. w Brodnicy.

Cały list Pani jest przesiąknięty niepokojem, a miejscami wprost rozpaczą.. Zanim przekonam Panią w dalszych rozważaniach nad poruszoną sprawą, że do takiego niepokoju niema podstaw, pragnę na wstępie swego listu zaznaczyć, że nie chodzi mi o zbagatelizowanie przez Panią tej sprawy, bądź o uśpienie czujności Pani, ale o trzeźwą jej ocenę, o należyte oświetlenie.

Mówi się o gruźlicy, że jest biczem ludzkości, jedną z największych jej plag. I słusznie. Bo gruźlica dziesiątkuje ludzkość. Niema wieku, któryby był wolny od tej choroby, niema zawodu, któryby gruźlica ominęła, niema klasy społecznej, którejby ta choroba nie dotknęła. Słowem, wszyscy bez wyjątku jesteśmy na gruźlicę narażeni. Bo laseczník gruźlicy jest wszędzie, czatuje na każdego człowieka. I nietylko na człowieka, bo zwierzęta pod tym względem nie są w szczęśliwszem od nas położeniu.

Do 5-go roku życia gruźlicą zaraża się około 50% dzieci, po 5 — 6-ym do 11 roku życia zaraża się około 90% dzieci, a w późniejszych latach odsetek zarażonych jest jeszcze większy, bo dochodzi do 95%. Taka jest wymowa cyfr. Ale z zarażonych gruźlicą zapadają na tę chorobę nie wszyscy, bo zarazić się gruźlicą, a zachorować na gruźlicę, to są pojęcia nie równoznaczne. Laseczník gruźlicy może wtargnąć do ustroju ludzkiego, ale nie we wszystkich przypadkach dochodzi do choroby. Obronne siły ustroju wypowiadają laseczníkom walkę i w walce tej może ustrój ulec bądź też zwyciężyć. A że często ustrój zwycięża, to na to mamy dowody, bo ileż to ludzi choruje na gruźlicę, a jednak nie wszyscy na nią umierają. Zmiany chorobowe i niejednokrotnie daleko idące uszkodzenia w płucach bądź w innych narządach, wywołane przez laseczniki gruźlicze, bardzo często cofają się i ulegają wygojeniu. A zatem gruźlica naogół jest uleczalna. Każde wkroczenie zarazków gruźliczych jest odpierane przez obronne siły ustroju.

Wartość i napięcie tych obronnych sił ustroju zależy od wielu czynników. Wymienię niektóre z tych czynników, a więc: wiek, stopień kultury, warunki bytu, odziedziczone zdolności odpornościowe ustroju, odporności tego ustroju na inne choroby i t. p. Wśród klas najbiedniejszych gruźlica jest naj-

częstszą chorobą, im wyżej zaś będziemy sięgać po drabinie hierarchji społecznej, tem gruźlicę będziemy spotykać coraz rzadziej.

Ale czas już poświęcić parę słów 3 - letniemu Pani Wiesiowi, boć przecież o niego tak Pani martwi się w swoim liście.

Jak można wnioskować z tego listu, Wiesio znajduje się w tych pod każdym względem szczęśliwych warunkach, że o los jego może być Pani spokojna.

Zadaniem Pani będzie obecnie stworzenie dla Wiesia takich warunków, któreby potęgowały siły odpornościowe jego ustroju. Czy może potrzebne są dla niego jakieś zabiegi: naświetlania lampą kwarcową, lub wstrzykiwania (o czem Pani wspomina w swoim liście)? Nic podobnego. Wiesio musi mieć wciąż czyste, świeże powietrze. Musi być prawie cały dzień poza domem, chyba, że będzie niepogoda, wtedy w przewierzanem kilka razy dziennie mieszkaniu.

Jeżeli w Brodnicy nie ma Pani zbyt dobrego powietrza, to niech Pani wyjedzie na wieś do miejscowości lesistej, suchej. Niech Pani chroni swego Wiesia od zetknięcia się z osobami podejrzanemi o gruźlicę. Dobrze będzie, jeżeli osoby gorączkujące, kaszlące lub kichające nie będą się z nim całowały, a nawet stykały. Odżywianie musi być urozmaicone, obfite, smaczne z dużą ilością jarzyn i owoców. Niech Pani strzeże się rozmaitego rodzaju doradczyń i doradców. Będą Pani doradzać przeróżne „cudowne“ środki. Wskazówki i rady swego domowego lekarza będą aż nadto wystarczające. Bo chodzi bardzo o to, żeby te środki i rady niepowołanych doradców nie zaszkodziły Wiesiowi i nie osłabiły wrodzonych sił obronnych jego ustroju.

Mam uzasadnioną nadzieję, że w zmaganiu się ze swoją chorobą Wiesio wyjdzie zwycięsko. Ale nawet po jego wyzdrowieniu zasady jaknajszerzej pojętej higjeny w wychowaniu swego pupila, muszą być przez Panią bardzo ściśle przestrzegane.

Dr. S. Średnicki.



Podsłuchane rozmowy.

Boję się szarzyzny życia — boję się nerwów.

— No, jakże? Wypoczęłaś przez waakcje? Dzieciaki ci nie dokuczały?

— Prawie wcale nie dokuczały, odpoczęłam świetnie i polecam innym matkom twój system, jako „system wychowania wakacyjnego"). Nie śmiej się. Ten punkt wyjścia, żeby dzieci miały upragnioną swobodę, a jednocześnie nie nudziły się; żeby okres wakacyjny spędziły zdrowo; żeby starsi odpoczęli, nabierając sił do pracy na rok cały; żeby przeszły pod hasłem pięknych przeżyć, odgradzających nas choć na krótko od szarzyzny i prozy życia — to bardzo dużo. Z początku szło mi trochę niezdarnie, ale później — zapomniałam poprostu, że mam lat trzydzieści parę, zdawało mi się, że wrócił mój okres dziecięctwa, tylko w dużo piękniejszej formie. I ja i moje dzieciaki na długo zachowamy wspomnienie wspólnych podchodów, narad, przyjęć, „prac koło domu", sypania grobel w strumyczku, tworzenia sztucznych jeziorek... Tyle niefrasobliwego szczęścia nas ogarnęło, tyle piękna i prostoty życia zaznałam, iż ze strachem myślę o tem, że tu w mieście, przy codziennej pracy i w starych warunkach— znów przyjdą starcia, zdenerwowanie... Boję się!*

— Moja droga. To jest częściowo nieuniknione. Ale i tutaj dam ci sposób, którego sama probowałam — z jaknajlepszym skutkiem. Mianowicie — ucieczka.

— Co?

— To, co słyszysz. Ucieczka. Wprawdzie nie do Ameryki, ale... za miasto, do parku i t. p. Musisz się koniecznie tak urządzić, żebyś co jakiś czas np. co miesiąc miała przynajmniej pół dnia wolnego. Tylko dla siebie. Wtedy — koniecznie sama — wyrzuć się gdzie „na wycieczkę". Jeśli będzie jeszcze ciepło albo już cieplo — to z pledem na trawę. Są pozatem wille, domki i t. d. we wszystkich miejscowościach pod Warszawą, gdzie już za trzy — cztery złote dziennie można dostać całodzienne utrzymanie, leżak do dyspozycji, czasem pustą werandę lub pokój... Spacer w pobliskie pola i do lasu, odpoczynek na leżaku — toż wspaniała rzecz dla wielu.

Można trochę jedzenia zabrać z sobą, można pojechać tramwajem, można w ostateczności ulokować się w parku na ławce, ale — doświadczenie wykazało — tylko w samotności, albo z kimś takim, którego obecność wcale nie przeszkadza. Książka lub robótka — to najwłaściwsi towarzysze.

— To trochę kosztuje. Zresztą — jak wszystkich zostawić?

---

*) patrz 13—14 Nr. M. M.

— Co się tyczy wydatku — może być bardzo niewielki, może nie przekroczyć złotówki. Oszczędzaj sobie po parę groszy. Uzbierasz. Jeśli zaś chodzi o zostawienie „wszystkiego“, to ułóż „wszystko“ w ten sposób, żeby bardzo nie odczuto twojej nieobecności, a sama powiedz sobie, że robisz to właśnie dla dobra sprawy, że odprężysz się nerwowo, że zyska na tem spokój oraz zdrowie moralne twojego domu.

— A w jesieni i w zimie?

— Sama rozmyślam nad „punktami zaczepienia“ w czasie jesiennym i zimowym. Gdy wymyślę coś taszego od nart — to się z tobą podzielę.

— Dziękuję ci. Tymczasem spróbuję we wrześniu i w październiku — uciec z grona rodzinnego na parę godzin.

— Spróbuj. Bajeczne rezultaty.

Janina Stawe.

Dziecko i jego świat.

„Koszulka jej z białego obłoczku, sukienka z szafiru nieba, na drobnych stopkach z darni zielonej pantofelki, różnobarwnemi kwiatkami z łąk soczystych przetykane, z promieni słonecznych korona na główce, zdobnej w złociste loki, z oczu jak noc ciemnych iskry błyskawic padają dokoła, a ust korale nawpół rozwarte wydają dźwięki śpiew przypominające“ i t. d. i t. p.

Dziecko słucha, myśl i wyobraźnia pracują, wolałoby bajkę prostszemi słowami opowiadaną a zawierającą mniej szczegółów dotyczących ubioru królewny czy boginki, więcej akcji, ruchu, życia. — Niemniej i taka bajka spowita w piękno i majestat przyrody, będzie mile widziana przez niejednego brzdąca, lepsza, po tysiące razy bardziej pożądana, niżli opowiadania prawdziwe o istotnem życiu, choćby meduz, rozgwiazd, ośmiornic w głębinach morskich, lub o odkryciach Krzysztofa Kolumba, Korteza, czy Magellana, albo współczesnych wynalazkach: radja, aeronautyki i t. p. Żyjemy w czasach natężonej pracy myślowej, mięśniowej i maszynowej. — Tempo, technika i racjonalizacja pracy! — Nadwartość i wyzysk! — Nadprodukcja i bezrobocie, jakiego dotąd świat nie oglądał! Świadomość, że kto nie zdoła się utrzymać na powierzchni życia, zepchniętym wnet zostanie na samo dno nędzy, przeświadczenie, że tylko bystrość umysłu, zdolność kalkulacyjna, zręczność i

praktyczność życiowa, obok wiedzy, którąby się dała zastosować w obranym zawodzie, lęk o przyszłość młodych pokoleń o dzieci, któreśmy do życia powołali—sprawiają, że niechętnem okiem patrzymy na budzącą się fantazję synka, czy córeczki.

To też niemile słuchamy „bajd“ opowiadanych im przez ciocię, lub babcię, z żalem obserwując drobną, skupioną twarzyczkę i pełne błysków oczy dziecka.

„Życie jest twarde“ powiadamy. Pocóż karmić dziecko urojoną rzeczywistością!? Tak! Życie jest twarde. Za lat kilkanaście te oto maleństwo będzie się z niem borykać, za bary brać i walczyć z niesprawiedliwością i uciskiem... Kto wie: padnie, czy zwycięży, między wydziedziczonymi się znajdzie, czy też z uprzywilejowanymi! Ale nie należy z tak wyziębłym mózgiem i sercem zabierać się do wychowania swych dzieci. Jak kijanka, zanim żabą zostanie, wody potrzebuje i w niej przebywa, choć w przyszłości na lądzie przeważnie żyć będzie, tak i dziecko innem powietrzem, inną atmosferą oddychać winno; inną w niemowlęctwie, inną w czwartym roku życia i znów inną w każdym z późniejszych okresów życia. Przez pierwsze lata poznaje świat otaczający, postrzega, bada gromadzi. Około czwartego roku życia (jedynacy zwłaszcza wśród otoczenia kulturalnego, intelektualnego, o wiele wcześniej) dziecko zaczyna żyć życiem urojonem. Świat realny przestał je nęcić. Jest poniekąd „zblazowane“ i gdyby umiało swe uczucia ubrać w słowa, powiedziałoby, jak niejeden czterdziestaletni mężczyzna: wszystko to znam, wszystko przeżyłem, nie oczekuję, ani się spodziewam niczego od życia „nie nęci mnie nic“ i t. p. Lecz, gdy zblazowany dorosły nie widzi dla siebie ratunku, odczuwa nudę i przesyt, czteroletni bąk instynktem zdrowym kierowany, zanim zapragnie zasilić mózg swój istotną wiedzą w książkach i warsztatach mu podaną, ratuje się stwarzaniem świata złudy, imaginacji, świata baśni cudownych i wierzeń nieprawdopodobnych, których odebrać mu, lub zdeptać bezkarnie, nikt nie śmie. Wszak to jego strawa, atmosfera, jaką oddycha, którą wchłania, przetwarzając w zdrowie, w krew, mięśnie i tkanki. I nie jest to czczym wymysłem. Dziecko zadowolone swobodnie i zgodnie z prawami psychicznemi rozwoju rosnące, ma lepszy apetyt, sprawniej funkcjonujący system nerwowy, spokojniejszy sen, bardziej pogodne usposobienie, żywszą przemianę materji. Nie wie co znaczą wymysły, dąsy, kaprysy. No i czyż warta gra świec? Czy nie opłaci się rodzicom i wychowawcom zastoso-

Od lat 35 udelikatnia cerę Mydło Bebe Szofmana

wać się do rad i uwag podawanych przez specjalistów (psychologów, czy pedagogów) miast upierać się przy swoich znikąd nieczerpanych urojeniach? Tak tedy dziecko około 4-ch lat liczące, łaknie świata złudy, baśni, cudowności. Odmówić mu tej baśni, tego świata, utkanego z fantazji i illuzyj byłoby tem samem, co pozbawić rybę możności pływania w wodzie, lub ptaka latania w powietrzu. I dlatego kochające swe dzecko matka, czy też dobry ojciec wybierze się do księgarni lub wypożyczalni książek i rozejrzy się w stosie bajek współczesnych, odrzucając ponure jak np.: Grimma, lub w małym stopniu oddziaływujące na wyobraźnię jak np.: „Bajarz polski", wybierając bajki pogodne, żywe, takie, które czerpiąc tematy z życia przyrody, ludów obcych, krain nieznanych, wplatają dużo cudowności, przygód niezwykłych, zdarzeń pobudzających do nowych rojeń. Nieśmiertelni: Selma Lagerlööff, Kipling, a u nas Konopnicka mało naśladowców mają, a z bardziej współczesnych może niektóre bajki sowieckie jak np.: „Listonosz" (jest w tłumaczeniu polskiem) byłyby odpowiednie. Pisząc bajki dla dzieci należałoby pamiętać, że dziecko ujmuje świat synkretycznie, strukturalnie, że wyobrażenia jego o ludziach i rzeczach są to nierozerwalne całostki tak jak np.: jeździec na koniu, czy też lotnik ze swoim aparatem dla człowieka o kulturze pierwotnej.

„Dom nasz" w wyobraźni dziecka to nietylko budynek, w którym on i jego rodzice mieszkają, ale zarazem różne zajęcia i zabawy jego w tym domu, krzątanie się matki i domowników, czy służących, posiłki spożywane tam w różnych porach dnia, ubieranie i rozbieranie się i słuchanie radja, czy opowiadań tatusia, lub babci i słodki pocałunek mateczki na dobranoc. To wszystko jednocześnie nieomal jakby w półśnie staje przed oczami wyobraźni i nierozerwalnem się wydaje od „Domu". Lalka nie oznacza jedynie tej istotki martwej która zastępuje Marysi czy Zochnie córeczkę — nie! to zarazem te marzenia przy jej ubieraniu i układaniu do łóżeczka i nadzieje z nią związane i duma z jej posiadania i różne z nią zabawy.

Dziecko w tym wieku, t. j. pomiędzy 3-im a 5-ym rokiem życia, gdy wyobraźnia najbardziej zdaje się pracuje, pragnie wierzyć mocno w swój świat urojony, nie chce, by mu go odbierano, nie chce dematerjalizacji swych wrażeń, nie znosi wyjaśnień, ani tłumaczeń. „ozumiałbym, żebyś mi mniej tłumaczyła" — odrzekł pewien chłopczyk matce, gdy go się spytała, czy rozumie jej wyjaśnienia. Sully opisuje w „Duszy dziecka" fakt o pewnym chłopczyku, którego ojciec, pragnąc go doświadczyć, włożył mu do pończochy w wilję Bożego Narodzenia własny, znany chłopcu scyzoryk. Nazajutrz, zachwycony i ucieszony chłopczyk,

oznajmił, że Santa Claus obdarowała go scyzorykiem, a gdy ojciec wyraził zdziwienie, że mu własny scyzoryk zaginął, synek najpoważniej w świecie odparł: „Zapewne Santa Claus ukradła scyzoryk tatusiowi, by go nim obdarować". Właściwy dziecku animizm ożywia nietylko liść poruszany przez wiatr i lalkę, czy niedźwiadka wypchanego, ale nawet kamienie przydrożne. Znany jest fakt zalewania się łzami małej dziewczynki na myśl, że się kamyczki straszliwie nudzą tak wciąż leżąc na jednem miejscu i próby przenoszenia kamieni w inne miejsce, by im dostarczyć rozrywki w nowem otoczeniu. Również tworzenie wielu przymiotników i czasowników odnoszących się do przedmiotów, któremi dziecko bawi się, dowodzą żywości wyobraźni dziecka i ożywiania rzeczy martwych. Wreszcie cała twórczość dziecka w tym wieku (p. t. „Twórczość rysunkowa dziecka" Szumana i inne, np. rysowanie początkowo postaci ludzkich i zwierzęcych, niemal bez tułowia, jedynie z częściami ciała poruszającemi się: głowa, ręce, nogi) dowodzą tej dążności do ożywiania i uruchamiania całego otoczenia, przyjmującego wciąż rozmaite kształty. Postacie te, niby obłoczki na niebie, są rozmaite, zależnie od materjału, jakim operuje dziecko w danej chwili. Wyobraźnia dziecka pracuje wciąż i nieraz wydaje się nam kapryśną. Rodzice, starsi to mogą być istoty wszech-wiedzące i wszech-mogące, niezrównane, wyższe, to znów osoby niepojmujące jego świata, obce mu i dalekie. Fikcja zlewa się z realnością. Akcja widziana, czy historja zasłyszana wplata się w życie codzienne dziecka. Czteroletni Jureczek z największą powagą, jednym tchem opowiada gościowi jak ślicznie jeździ na łyżwach, jak holendruje: „O wiele lepiej od tatusia i saneczkuje też". Innym razem opowiada, że był w ciemnym lesie sam, że się niczego nie bał, choć wiatr gwizdał i wilki wyły tak okropnie. Zapytany ojciec stwierdził, że ani on, ani Jureczek nie posiadali nigdy łyżew i że chłopczyk raz tylko był na ślizgawce, gdzie widział ślizgających się i holendrujących, do lasu zaś jeździł zawsze w śliczną pogodę w towarzystwie rodziców i znajomych. Niezdolne do żadnej abstrakcji dziecko uosabia i ożywia nawet pojęcia oderwane: duszy szuka po całym domu, kara—to dłań dana, określona przykrość, wyrządzona mu przez starszych, muzyka—to ruch klawiszy i dana melodja, czy też niezrozumiały zespół dźwięków. Dematerjalizacja, nawet pojęć oderwanych, następuje według Piaget'a [1]) dopiero po 11-tym roku życia. W tym czasie występuje zjawisko nader ciekawe, zajmujące miejsce pośrednie pomiędzy postrzeganiem a wyobrażeniem, mianowicie: ejdetyzm. Wyobrażenia ejdetyczne to jest wi-

---

[1]) Znany szwajcarski pedagog.

KUCHNIA MLECZNA
STACJI OPIEKI NAD
MATKĄ I DZIECKIEM
LITEWSKA 16. TELEFON 8.29-43

PRZYGOTOWUJE: wszelkie mieszanki przepisane przez lekarza dla niemowląt zarówno zdrowych jak i chorych.

Informacje telefoniczne od 2.30 do 4-ej pp.

Zamówienia przyjmuje się od g. 8-ej do g. 3-ej pp. Na żądanie mieszanki odsyła się do domu.

dzenie kompozycji właściwe dzieciom o bogatej wyobraźni, pomiędzy 14-tym a 15-ym rokiem życia najsilniej ujawniające się, zwykle znika bezpowrotnie, u wielu jednakże artystów, np. malarzy pozostaje do końca życia. Nie mogą oni stworzyć dzieła, zanim przed oczami swej wyobraźni nie ujrzą swego tworu w całości ze wszelkiemi szczegółami. Dowodzi to, że ujmowanie strukturalne (całostkowe) jest ujmowaniem najwłaściwszem, najbardziej celowem tak w życiu codziennem, jak i w twórczości artystycznej. Analiza, do której naginamy nasz umysł w toku rozumowania i zdobywania wiedzy jest zjawiskiem wtórnem: w praktyce, a zwłaszcza w zastosowaniu do badań naukowych mającem znaczenie doniosłe, procesem, który nabywa dziecko w wieku szkolnym i które w dziecięctwie jest dlań zbędne i stanowiące przeszkodę w rozwoju.

Dr. C. Bańkowska.

Po powrocie z wywczasów.

„Cóż tam Januszek? Już wrócił z Wólki?“ — spytałam bliskiej krewnej. „Oj, moja kochana!“ — zajęczała młoda Babunia. — „Jak wpadnie, to cały dom o mało nie roztrzęsie, trudno z nim wytrzymać! Niczem huragan! Na wsi się jeszcze bardziej rozpuścił!“

Współczuję Babci i Rodzicom Januszkowym, ale i w obronie

chłopca i innych dzieci, które świeżo z letnich wywczasów zjechały, słów kilkoro powiedziećbym chciała.

Czyż i nas, dorosłych, nie mierzi duże miasto po powrocie? Czyż nie czujemy dławiącej nostalgji za wielką przestrzenią, błękitem nieba, ciszą, wonią lasu, pola, łąki? Powiedziała mi jedna znajoma: „Każdy powrót ze wsi stale odchoruję, powietrza w mieście formalnie mi brak, duszę się, no i coś stale pobudza mię do ruchu!“ Czyż dziwić się zatem można, że wrażliwszy od naszego organizm dziecka jest podniecony? Nie wypowiada się ono na temat, że czuje się wyrwane, jak ryba z wody, jak ptak na uwięzi, tylko... wyładowuje się w hałaśliwej bieganinie, krzyku nieznośnym.

Jak na to reagować?

Codzienne spacery po powrocie z letnich wczasów, pobyt w parkach miejskich winny być jak najdłuższe (dłuższe od normy, której trzymać się będziemy później), na niekorzyść może innych zajęć, jak głośnego czytania dziecka, zbiorowej lekcji gimnastyki rytmicznej, śpiewu, robótek... A tymczasem dziecko stopniowo do nowych, zmienionych warunków przywyknie. Urządzajmy, o ile tylko można, wycieczki pozamiejskie. Wyładowawszy swój zapas sił i energji, znużony, śpiący malec mniej będzie hałasował, potrącał, krzyczał.

Co do wycieczek zamiejskich, urządza się je zwykle podczas miesięcy wiosennych, na początku lata — wczesna jesień mało jest naogół wykorzystywania. Zupełnie niesłusznie, bo pogoda nam w Polsce wczesną jesienią przeważnie sprzyja, a przyroda tyle zjawisk, właściwych tej porze roku, dostarcza ciekawym oczom dziecka. zmienione ubarwienie wielu roślin, szczególniej drzew, inny koloryt nieba, a przedewszystkiem nastrój, rozlany naokół. Inne zapachy biją od ziemi, tyle nasionek, owoców, puchów roślinnych, pajęczyna z groźnemi pająkami, grodząca przejście między drzewami...

Józefa Gażyńska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani H. Gutowskiej.* Półtoraroczne dziecko Pani może dostawać bułeczki, chleb. Jak tylko córka Pani będzie miała już zęby przedtrzonowe, można będzie bułkę czy chleb smarować jej masłem, powidłami, marmeladą. Na raz mała może dostać jedną bułeczkę (kajzerkę) lub odpowiednią ilość chleba. Stosowane pieczywo powinno być z poprzedniego dnia. Potraw ostrych nie powinno dziecko

dostawać, mimo to jednak potrawy nie powinny być mdłe i bez smaku. Kasze, sucharki, bułka, kartofle mogą się wzajemnie zastępować. Jabłko pieczone nie zastępuje jabłka surowego tylko pod względem witaminów. Szarlotkę może dziecko dostawać. Żółtka dziecko może dostawać dziennie w ilości 1 łyż. od herbaty. Jedzenie dziecka powinno być bardziej urozmaicone. Można małej dawać kawę zbożową, herbatę, kakao owsiane na mleku, zupy nawet ze śmietaną, prawie wszystkie kasze, a jak będzie miała przedtrzonowce, kluski, zacierki, makarony.

2. *Pani Z. Skowrońskiej.* Po roku normalnemu dziecku wystarczą tylko 4 posiłki, dane w odstępach 4-rogodzinnych. Pierwszy posiłek można dać o godz. 7 lub 7.30. Ilość mleka na dobę nie powinna przekraczać pół litra.

3. *Pani L. Ostrowinie.* Ponieważ od rozpoczęcia się choroby upłynęło już 3 miesiące, należy uważać, że synek Pani dla otoczenia nie jest zakaźny, aczkolwiek chłopak jeszcze pokasłuje. Zaraźliwość kokluszu trwa w przeciągu 6 — 7 tygodni.

4. *Pani L. Meyerowej.* Nic w tem niema specjalnie złego. Parę razy ranę pępkową Pani swemu synkowi zalapisuje i wszystko będzie w porządku, jak to zresztą przewidział już lekarz domowy.

5. *Pani R. Lawandowej.* W artykule o dziecku otyłem znajdzie Pani odpowiedź na dręczące Panią pytanie. Zresztą sądząc z opisu i podanych wzrostu i wagi dziecka, nie zgadzamy się z Panią, że dziecko Jej jest tak „chorobliwie“ otyłe. Na podwieczorek w każdymbądź razie radzimy dawać wyłącznie owoce. Ilość zaś masła u Pani półtorarocznego synka nie potrzebuje przekraczać ½ — 1 łyż. od herb. na dobę.

6. *Pani S. Wackowej.* Doprawdy mało Pani ma kłopotów ze swoją 4-miesięczną córeczką, jeśli jedynym kłopotem Pani jest tylko zadarty nosek małej. Wystarczy jej 6 posiłków na dobę. Można ją przystawiać do piersi co 3 i pół godziny, to znaczy o 6, 9,30, 13, 16,30, 20 i 23,30. Wówczas przerwa nocna będzie znacznie krótsza.

7. *Pani M. Cwajgowej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

8. *Pani Z. Naglerowej.* Przy skłonnościach do biegunki należy podawać dziecku zamiast cukru buraczanego wypróbowany od lat Nutromalt d-ra Wandara, jako dodatek do mieszaniny mleka z klejem ryżowym.